

## COMMENT NOUS CONTACTER ?

### Hôpital de Jour - Unité 2

☛ un téléphone 05 56 79 57 02

Infirmières : Olivia Vaillant, Céline Jerabek  
du lundi au vendredi de 8h à 17h

☛ un mail : [cardio-hta.sa@chu-bordeaux.fr](mailto:cardio-hta.sa@chu-bordeaux.fr)



### Unité de cardiologie - hypertension artérielle

Centres d'excellence de l'hypertension artérielle - ESH, European Society of HTA

Groupe hospitalier Saint-André

1, rue Jean Burguet 33075 Bordeaux cedex

### Comment se rendre à l'hôpital Saint-André ?

**En tramway** Ligne A > arrêt : « Palais de Justice » ou « Hôtel de ville »  
Ligne B > arrêt : « Musée d'Aquitaine »

**En bus** Lignes 1\*, 5, 15, Ligne 24 > arrêt : « République » (cours d'Albret)  
Ligne 16 > arrêt : « République » (place de la République)

[www.chu-bordeaux.fr](http://www.chu-bordeaux.fr)



CENTRE  
HOSPITALIER  
UNIVERSITAIRE  
BORDEAUX

ÉDUCATION  
THÉRAPEUTIQUE

Programme HTA du patient

## HYPERTENDU

Comment faire baisser ma tension artérielle ?

Situé à l'hôpital de jour de l'unité 2, rez-de-chaussée  
de l'hôpital Saint-André à Bordeaux.

Pôle cardio-thoracique

Unité de cardiologie - hypertension artérielle

Programme d'éducation thérapeutique - Déclaré à l'ARS LOI HPST 21 juillet 2009

L'éducation thérapeutique vous aide à mieux vous soigner et agir sur votre maladie cardiaque. Avec l'aide de professionnels spécialisés, vous choisirez vos propres objectifs pour prendre soin de vous et de votre santé, dans votre vie quotidienne.

## PRISE EN CHARGE

En ambulatoire ou au cours d'une hospitalisation, l'équipe éducative de cardiologie vous propose des rencontres et des partages à différents moments avec des personnes vivant la même chose que vous, des proches et différents professionnels de santé :



En entretiens individuels

En ateliers de groupe ou individuels pour aborder la maladie et comment vivre avec au quotidien : mécanisme, risques, prise en charge, symptômes, médicaments, alimentation, activités physiques, facteurs de risque cardio-vasculaire...

En contact avec vos médecins généralistes ou spécialistes

## POUR QUI ?

**Moi, mes proches...**

- Je viens d'apprendre que j'ai de l'hypertension
- J'ai peur d'avoir un accident cérébral (AVC)
- Je ne peux plus faire mon sport habituel
- J'ai des médicaments à prendre, mais jusqu'à quand ?
- Dans ma famille l'hypertension est connue
- Je fais des apnées du sommeil

## POURQUOI ?



Je me pose des questions sur ma maladie, sur mon traitement, mon suivi... Je veux être rassuré(e).

J'ai envie qu'on m'écoute et qu'on me comprenne, en tenant compte de ma vie quotidienne et de mes projets.

Je souhaite discuter de ma situation avec des soignants spécialisés.

Je me sens seul(e) et j'ai envie de trouver des gens qui m'aident à faire face.

Je veux prendre soin de moi et de ceux qui m'entourent.

Je veux savoir où m'adresser en cas de besoin.

## LE PROGRAMME

Les cardiologues du service vous proposent un programme d'éducation thérapeutique intégré dans votre parcours de soins.

Le programme d'éducation thérapeutique, conçu en lien avec des associations de patients, est animé par des spécialistes de votre maladie, spécifiquement formés à l'éducation (médecins, pharmacienne, infirmières, diététicienne, psychologue...). Le programme se déroule dans des espaces réservés à l'échange, conviviaux.

### Le programme comprend :

- un bilan personnalisé lors d'un entretien individuel
- des séances collectives autour des thèmes qui vous concernent :
- une écoute et un soutien individuel

Nous vous remettons un livret personnel que vous pourrez compléter tout au long de nos rencontres, et qui vous servira pour informer vos médecins de vos objectifs de santé et de votre parcours éducatif.